

NIA NOR NAIZ NEU.

HELBURUAK

- Neraberasunean nork bere nia osatzen duten aspektu ezberdinetaz hausnarketa egin eta baloratu
- Taldekideak ezagutu

JARDUERAREN DESKRIBAPENA

Gai hau ikuspuntu ezberdinetatik landu daiteke eta teknika ezberdinak erabiliz. Hona hemen horietako batzuk.

Jarduera hauetan kontuan izan ditugun alderdiak anitzak izan dira: norberak duen irudia, besteen iritzia, espektatibak, fantasiak, sexua eta generoaren arteko loturak.

Garrantzitsua da ikasturte hasieran honelako jarduerak egiteko beraien arteko ezagutza handiagoa izateko.

Beste aldetik, informazio ugari atera dezakegu ordezkariaren hautaketa informazio gehiagorekin egiteko.

NIA NOR NAIZ NEU.

A. FITXA. NI

Idatz itzazu ahal dituzun hitz gehien zeure burua deskribatzeko ondorengo alderdiak kontuan izanik:

- Kanpoko itxura (aurpegia, hilea, altura, pisua, gorputza...)
- Ezagutzak eta adimenaren funtzionamendua (arrazoimena, analisia, sintesia, ikasteko ahalmena, kultura, intuizioa, eztabaida, gauza ezberdinetako ezagutzak: musika, zinema...).
- Baloreak, sentimenduak (Autokontrola, autoestimua, kanpoko presioei aurre egitea, autonomia, askatasuna, emozioak...).
- Gorputz trebetasunak (ariketa fisikoak, erlaxazioa), trebetasun pertsonalak (arazoaren konponketa, emozioen erabilera, bizitza eta denboraren kontrola...) eta gizarte trebetasunak (entzutea, komunikazioa, gatazken trataera, negoziazioa, taldeekin harremanak., laguntza...).
- Sexualitatea (nola ikusten dut neure burua eta nola sentitzen dut sexualitate mailan).
- Eguneroko bizimoduan, ikasketetan, aisialdian, harreman pertsonaletan, familian, lagunekin... ditudan portaerak.
- Zeure ustez nola ikusten zaituzte gainontzeko pertsonak?

NIA NOR NAIZ NEU.

B. FITXA. NOLA IKUSTEN DUT NEURE BURUA

Izena:

argazkia

Abizenak:

Sexua:

Altuera:

Pisua:

Odol taldea:

Jaiotze data:

Helbidea:

Telefonoa:

Nire idealak

Nire ezagutzak:

Nire nahiak:

Nire zaletasunak:

Nire izaera

Nire sentimenduak:

Nire trebetasunak

Gauza hauetatik guztietatik zeintzuk iruditzen zaizkit ezaugarriak eta zeintzuk mugak?

D.FITXA.AUTOKONTZEPTUA

Erantzun era laburrean eta zintzotasunez galdera hauek:

1. Zein izan da zure bizitzako sasoi zoriontzuen?
2. Zein da zure oroimen zoriontsuena?
3. Zure ustez zer egiten duzu ondo?
4. Zure ustez zer egiten duzu gaizki?
5. Ahal izanez gero zer aladtuko zenuke zeuren ezaugarrietatik?
6. Zeri diozu beldurra?
7. Nori esaten dizkiozu zeure sekretuak?
8. Beste pertsona izatea izan ahal ezgero nor izatea gustatuko litzaizuke?Zergatik?
9. Nor izatea ez litzaizuke gustatuko?Zergatik?
10. Izaeran norekin duzu antza handiena?Zergatik?
11. Animalia izatea ahal izanez gero zein aukeratuko zenuke? Zergatik?
12. Landarea edo zuhaitza izatea ahal izanez gero zein aukeratuko zenuke? Zergatik?

1.E. FITXA. HONELA IKUSTEN DUT NEURE BURUA

Zorionekoa	Zoritxarrekoa
Polita	Itsusia
Lasaia	Urduria
Krudela	Atsegina
Garbia	Zikina
Jakintsua	Tontoa
Zintzoa	Desonestoa
Zoriontsua	Tristea
Atsegina	Ikaragarria
Estua	Malgua
Independentea	Menekoa
Demokratikoa	Autoritarioa
Desordenatua	Ordenatua
Lankidea	Lankidea ez dena
Femeninoa	Maskulinoa
Ona	Txarra

1.F. FITXA. HONELA IKUSTEN NAUTE

Zorionekoa	Zoritxarrekoa
Polita	Itsusia
Lasaia	Urduria
Krudela	Atsegina
Garbia	Zikina
Jakintsua	Tontoa
Zintzoa	Desonestoa
Zoriontsua	Tristeia
Atsegina	Ikaragarria
Estua	Malgua
Independentea	Menekoa
Demokratikoa	Autoritarioa
Desordenatua	Ordenatua
Lankidea	Lankidea ez dena
Femeninoa	Maskulinoa
Ona	Txarra

NIA NOR NAIZ NEU.

1.G. BIZITZAREN LERROA

1. Marraz ezazu gogoratzen duzunik hona zeure bizitzaren lerroa.

2. Pentsa ezazu zein aspektuk (pertsonalak, beste pertsonenak, ingurukoak, gizartea) izan dute zurengan eragina.

IRAKASLEARENTZAKO JARRAIBIDEAK

Hemen agertzen diren jarduera guztiak egitea ez da beharrezkoa. Nahi izan ezgero taldea eta denboraren arabera aukeraketa egin dezakegu.

Fitxa bakoitza egiteko saio bat erabiliko dugu eta saio bakoitzean antolamendu eta egitura berbera erabil ditzakegu.

1. Hasi baino lehen jardueraren helburuak eta egiteko modua azalduko dizkiegu..
2. Fitxaren galdera sorta beteko dute .
3. Hasieran bakarkako lana da, beraz gela horren arabera antolatuko dugu eta horretarako dauden arauak gogoratuko ditugu.
4. Komenigarria da ondo azaltzea galdera bakoitzaren esanahia eta adibide batzuk ipintzea.
5. Giro lasaia izateko eta kontzentratzen laguntzeko erlaxazio txikia egingo dugu hasi baino lehen.
6. Galderak egin ondoren taldeka jarriko dira eta egindakoa komentatuko dute.
7. Taldeak egingo ditugunez, antolamendu honek eskatzen dituen arauak eta rolak gogoratuko ditugu.Beharrezkoa ikusten badugu behatzailea jarriko dugu.
8. Taldeak egiterakoan ez ditugu neskak eta mutilak nahastuko, sexua-generoa identitatea dela eta datu gehiago ateratzeko aukera emango digu eta.
9. Azkenik, asanblada edo talde handian egingo dugu hausnarketa. Komenigarria da antolamendu honek eskatzen dituen arauak errespetatzea .Beharrezkoa ikusten badugu rolak banatuko ditugu: moderatzailea, denboraren kontrolatzailea, behatzailea....
10. Gogoratuko diegu egindakoa karpeta pertsonalean sartu behar dutela.

A.FITXA, B.FITXA, D FITXA

Taldeka lanean aritzeko, bakoitzak egin duena kontuan izateaz gain opndoko puntu hauen inguruan hausnarketa egitea eskatuko diegu.

- Erreza izan al da galderak erantzutea?Orain arte pentsatu izan duzu honetaz?
- Egon da alderdiren bat inoiz kontuan izan ez duzunik?Baten bat bereziki egin zaizu erantzuteko zaila? Baten bat erantzunik eman barik utzi al duzu?
- Baliogarria iruditu al zaizu, balio izan du nork bere buruaz irudi zabalagoa izateko?
- Agertu diren ezaugarri positiboak asko izan dira? Eta negatiboak?

Talde handian egiterakoan konparatuko ditugu nesken taldeetan eta mutilenetan agertutako datuak. Badute zer ikusirik gizarteak markatzen dituen genero estereotipoekin? Zertan? Zergatik?

E FITXA

Taldeka lanean aritzeko, bakoitzak egin duena kontuan izateaz gain ondoko puntu hauen inguruan hausnarketa egitea eskatuko diegu.

- Erreza izan al da galderak erantzutea?Orain arte pentsatu izan duzu honetaz?
- Egon da alderdiren bat inoiz kontuan izan ez duzunik?Baten bat bereziki egin zaizu erantzuteko zaila? Baten bat erantzunik eman barik utzi al duzu?
- Fitxaren lehenengo eta bigarren zatiak desberdinak dira.Zergatik?

Kontuan izango dugu:

- Batzuetan ez datoz bat norberak nola ikusten duen bere burua eta nola ikusten duten besteek.
- Alderdi pertsonalak eta sozialak daude honetan eragina dutenak.
- Batzuetan ez du garrantzirik besteek nola ikusten gaituzten. Gure bizitzan badaude oso esanguratsuak ez diren pertsonak. Eta garrantzi handiagoa du geuk nola ikusten dugun geure burua. Beste batzuetan benetan maite eta ezagutzen gaituzten pertsonak ikusten diigute guri ikustea asko kostazen zaiguna .

F FITXA

Bakoitzak bakarrik E fitxan marraztuko du bere bizitzako lerroa , gogortzen duen urtetik.Lerroak izan ditu gora eta behera aldeak momentu onak eta txarrak adierazteko Pentsatu beharko dute :

- zerk izan duen eragina gora behera horietan (perstonak, egoerak, gertaerak...).
- Zer eragina izan dute aspektu horiek beraien izaeran.
- Jarduera honetan taldeak binaka egingo ditugu egin dutena komentatzeko.
- Hemen garrantzitsua da azaltzea entzuteko jarrera nolakoa izan behar den.
- Talde handian eztabaidatuko dugu pertsonen garapenean zeintzuk izan daitezkeen eragileak, eta zergatik.